



Le tagine poulet/figues



téléchar
la recet

concoctée par Marc

Pour 6 personnes
préparation 45 minutes
Cuisson 1 heure

Ingrédients:

- 6 cuisses de poulet (haut et pilon)
- 4 gros oignons
- 4 échalotes
- 3/4 tête d'ail
- 500 G olives vertes dénoyautées
- 500 G de figes sèches
- 100 G de raisins secs blancs ou bruns (mieux bruns)
- 100 G amandes sèches
- 4 cuillers à soupe d'huile d'olive
- 1 cuiller à soupe de piment rouge doux (pas de paprika)
- 1 cuiller à café de cumin
- ½ cuiller à café de coriandre en poudre
- 3 cuillers à café de gros sel
- 1 litre d'eau
- 2 cuillers à soupe de fond de volaille (remplace la carcasse du poulet)
- Poivre suivant goût

Préparation:

Choisir un grand récipient pouvant contenir l'ensemble des ingrédients précités, cocote en fonte ou cocote minute (avec un fond assez épais pour bien répartir la chaleur)

- Peler 4 gros oignons et en émincer 2 en très fines tranches, réserver
- Couper les 2 autres oignons en 4
- Peler les échalotes, réserver à part
- Peler 5 grosses gousses d'ail (laisser les autres en peau)

Cuisson

- Dans le récipient faire revenir les cuisses de poulet assez nerveusement dans l'huile d'olives, il faut qu'elles soient saisies, limite cramées, réservez
- Quand les cuisses sont revenues, faire revenir les oignons calmement en récupérant bien les éléments attachés laissés par le poulet avec une cuiller en bois, puis introduire les échalotes ensuite, pressez (ou mieux pilez) les 5 gousses d'ail, laisser revenir à petit feu, introduisez tous les ingrédients restant sauf l'eau et le fond de volaille et laissez revenir à petit feu le temps de préparer un mélange d'eau et de fond de volaille de manière à éviter les grumeaux, verser dans le récipient, compléter avec l'eau.
- A partir de cet instant introduisez le poulet couvrez et cuisez à tout petit feu, à mi cuisson, touillez, goûtez, rectifiez l'assaisonnement à votre goût .(mieux au mien)

Si vous n'aimez pas le sucré/salé, c'est l'heure de partir chez MAC DO

Aparté

On peut remplacer l'eau et le sel par l'eau des olives et compléter au litre (plus de goût mais